



Club Alpino Italiano  
Sezione di  
Macugnaga

# Dalle Alpi al Mare

## 24-25 Marzo 2018



est MONTEROSA

### Il Cai Macugnaga incontra il Cai Varazze in Liguria

#### Sabato 24 Marzo

Ore 06,45 Partenza da Macugnaga (Piazza Staffa) con mezzi propri, ritrovo a Piedimulera ore 7,30 e partenza per Spotorno.

Ore 10,30 arrivo previsto a Spotorno, sistemazione presso "Hotel Mediterranè" (Via Rapallo, 3 tel. 019745189 situato in zona centro sulla vecchia ferrovia).

Trattamento mezza pensione in camere doppie o matrimoniali € 50,00/persona bevande comprese.

Ore 13,00 partenza da Spotorno per Toirano per la visita guidata alle "Grotte di Toirano" (grotte molto interessanti e ricche di storia: si sviluppano su un percorso adatto a tutti di ca. 1300 mt., tempo di percorrenza ca. 70 min. temperatura interna 16°, si consiglia calzature idonee) ingresso alle grotte ore 14,00 costo 12 € persona, compresa visita al Museo Etnografico. A seguire visita al Borgo di Toirano e sosta a Final Borgo; rientro a Spotorno (cena e pernottamento)

#### Domenica 25 marzo

Ore 9.00 partenza da Spotorno per Noli dove incontreremo gli amici del CAI Varazze per l'escursione: Noli - Varigotti sul "Sentiero del Pellegrino", in salita, passando per San Lazzaro, Santa Giulia e deviazione per la interessante "Grotta dei Falsari" (fronte mare con accesso dalla volta).

In discesa sul "Sentiero Balcone" passando per Torre delle Streghe, S. Lorenzo, Il Mausoleo Cerisola per raggiungere Varigotti, da lì salire alla Torre Saracena e Punta Crena.

Il percorso è tutto molto panoramico, si sviluppa su ca. 10 Km. con dislivello di ca. 300mt. con un tempo di percorrenza di 4/5 ore. (pranzo al sacco)

Da Varigotti, rientro a Noli con autobus di linea, Visita al Borgo antico di Noli e partenza (prevista per le ore 17) per il rientro a Macugnaga

Per informazioni e prenotazioni entro il 10 marzo (versando un acconto di 20 €) Antonio tel. 3333147373. Vi ricordiamo che per partecipare è necessaria l'iscrizione al CAI.